



Jurnal Ilmiah KEPERAWATAN INDONESIA (JIKI)



Text

Dipublikasikan oleh :

Program Studi S-1 Keperawatan dan Profesi Ners
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tangerang

JIKI/ Vol. 7/ No. 1/ September 2023

Hubungan antara Pengetahuan tentang Menstruasi dan Kesiapan Menghadapi *menarche* pada Siswi Sekolah Dasar di Kota Tangerang Selatan

Azizah Al Ashri Nainar, Naziah Dwi Amalia, Lilis Komariyah
Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Tangerang
Email: azizahnainar@gmail.com

Diterima: 28 September 2023

Disetujui: 4 Januari 2024

Abstrak

Menstruasi merupakan perdarahan yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungannya telah berfungsi dengan matang. Pada umumnya, remaja akan mengalami menarche pada usia 12 sampai dengan 16 tahun. Menstruasi menjadi hal yang penting bagi remaja perempuan karena dibutuhkan informasi yang sesuai untuk mendukung kesiapan mental remaja dalam menghadapi situasi ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche. Jenis penelitian ini menggunakan survei analitik dengan pendekatan cross sectional, dimana variabel independen dan dependennya diobservasi dalam satu waktu yang bersamaan. Pada penelitian ini teknik pengambilan sampel menggunakan propotional stratified random sampling, sampel dalam penelitian ini berjumlah 86 siswi. Dari penelitian ini didapatkan hasil analisis bivariat menggunakan tabel silang diketahui bahwa siswi dengan kesiapan baik lebih banyak terjadi pada siswi dengan pengetahuan baik (82,2%) dibandingkan siswi dengan pengetahuan tidak baik (31,7%). Hasil statistik menggunakan uji Chi-Square didapatkan ada hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche (P value = 0,000). Kesimpulan dalam penelitian ini diketahui bahwa semakin baik tingkat pengetahuan maka semakin siap siswi dalam menghadapi menarche. Saran, Dengan meningkatkan pengetahuan pada remaja maka siswi memahami dan siap menghadapi menstruasi

Kata Kunci: *Kesiapan, menarche, menstruasi*

Rujukan artikel penelitian:

Nainar, A. A. A., Amalia, N. D., & Komariyah, L. (2023). Hubungan antara Pengetahuan tentang Menstruasi dan Kesiapan Menghadapi *menarche* pada Siswi Sekolah Dasar di Kota Tangerang Selatan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia (JIKI)*. Vol 7 (1): 64-77.

The Relationship between Knowledge about Menstruation and Readiness for Menarche in Primary School Students in South Tangerang City

Abstract

Menstruation is regular bleeding from the uterus as a sign that the uterine organs are functioning properly. In general, teenagers will experience menarche at the age of 12 to 16 years. Menstruation is important for teenage girls because appropriate information is needed to support teenagers' mental readiness to face this situation. This research aims to determine the relationship between knowledge about menstruation and readiness to face menarche. This type of study uses an analytical survey with a cross-sectional approach, where the independent and dependent variables are observed at the same time. In this study, the sampling technique used proportional started random sampling, the sample in this study was 86 female students. From this research, the results of bivariate analysis using cross tables showed that female students with good readiness were more likely to be female students with good knowledge (82.2%) than female students with poor knowledge (31.7%). Statistical results using the Chi-Square test showed that there was a relationship between the level of knowledge about menstruation and readiness to face menarche (P value = 0.000). The conclusion in this study is that the better the level of knowledge, the better prepared the female students are to face menarche. Suggestion: By increasing knowledge among teenagers, female students will understand and be ready to face menstruation

Keywords: *readiness, menarche, menstruation*

PENDAHULUAN

Remaja mengalami banyak perubahan dalam hidupnya salah satunya yaitu menstruasi, menstruasi suatu proses alamiah yang terjadi pada setiap wanita. Menstruasi merupakan perdarahan yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungannya telah berfungsi dengan matang. Pada umumnya, remaja akan mengalami *menarche* pada usia 12 sampai dengan 16 tahun. Periode ini akan mengubah perilaku dari beberapa aspek, misalnya psikologi dan lain sebagainya. Pada wanita biasanya pertama kali mengalami menstruasi (*menarche*) pada usia 12-16 tahun. Siklus menstruasi normal terjadi setiap 22-35 hari, dengan lamanya menstruasi selama 2-7 hari (Anwar, 2011).

Berdasarkan *World Health Organization* (WHO, 2022) menunjukkan bahwa jumlah remaja sekitar 18% dari jumlah penduduk dunia atau sekitar 1,2 milyar jiwa. Dalam seperlima dari penduduk dunia adalah remaja yang berumur 10-19 tahun, sekitar 900 juta berada di negara sedang berkembang (Puspita, 2015). Hasil Sensus Penduduk Jumlah penduduk negara Indonesia didominasi oleh usia produktif yaitu usia 15-64 tahun sebanyak 69,13%, dimana penduduk laki-laki sebanyak 140,8 juta dan jumlah penduduk perempuan sebanyak 137,9 jiwa (Sensus Penduduk ,2023). Begitu juga dengan pertumbuhan penduduk Kota Tangerang Selatan yang tercatat paling cepat dibandingkan kabupaten/kota lain di Banten. Bertumbuhan paling pesat diantaranya adalah pertumbuhan penduduk usia remaja, dimana penambahan paling tinggi pada usia 10 sampai 14 tahun, 150.883 (2021) menjadi 151.216 (2022).

Menurut badan dunia remaja merupakan fase antara masa kanak-kanak dan dewasa dalam rentang usia antara 10 hingga 19 tahun (WHO, 2022). Sedangkan pada Peraturan Menteri Kesehatan RI N0.25, remaja merupakan penduduk dalam rentang usia antara 10 hingga 18 tahun (Kemkes.go.id, 2018). Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) mengatakan, rentang usia remaja ialah 10 hingga 24 tahun dan belum menikah, maka dapat diartikan

remaja ialah masa pergantian dari anak-anak menuju dewasa (Brief Notes Lembaga Demografi EB UI, 2020)

Menurut *National Health and Nutrition Examination Survey* ditemukan data usia rata-rata menarche pada perempuan di Indonesia yaitu sekitar 12,5 tahun dengan kisaran 9-14 tahun. *Menarche* merupakan saat remaja mengalami menstruasi pertama. Usia menarche tiap perempuan tentunya akan ada perbedaan satusama lain. Usia menarche dibagi menjadi kategori yaitu, dapat dikatakan early menarche ketika seorang perempuan mengalami menstruasi pertama kali pada usia <12 tahun, dan dikatakan normal ketika seorang perempuan mengalami menstruasi pertama kali saat usia 12-13 tahun, dan dikatakan late menarche ketika seorang Perempuan mengalami menstruasi pertama kali di usia >14 tahun. Menarche pada usia lebih awal menyebabkan alat-alat reproduksi belum berfungsi secara optimal dan juga belum siap mengalami perubahan-perubahan sehingga timbul rasa nyeri ketika menstruasi, Usia menarche yang cepat adalah < 12 tahun yang menjadi faktor risiko terjadinya dismenorea primer (Riza et al., 2019).

Pengetahuan yang dibutuhkan dan perlu untuk dipersiapkan oleh remaja dalam menghadapi menstruasi meliputi adanya perubahan secara biologis, fisiologis dan psikologis. Pemberian informasi dan pengetahuan yang tepat pada remaja tentang menarche sangat diperlukan untuk menumbuhkan sikap positif mereka dalam menghadapi menarche. Pengetahuan yang didapat akan mempengaruhi persepsi remaja tentang menstruasi pertama (menarche). Pada remaja secara tidak mempersiapkan diri menghadapi menarche, dikarenakan kurangnya informasi, maka akan menimbulkan perasaan negatif seperti perasaan cemas saat menarche terjadi (Dewi, 2013). Tetapi berbeda bagi yang telah siap dalam menghadapi menarche, mereka akan merasa bangga dan senang, dikarenakan mereka menganggap dirinya sudah dewasa secara biologis (Siswojo, 2015)

Kesiapan atau ketidaksiapan dalam menghadapi menarche berdampak terhadap reaksi individual remaja putri pada saat menstruasi pertama yang dapat berdampak positif atau negatif. Pengetahuan tentang menstruasi dapat

distimulus dari berbagai faktor, yaitu factor sosial ekonomi, kultur, pendidikan, dan pengalaman. Permulaan menstruasi mungkin akan menjadi peristiwa traumatik bagi beberapa remaja putri yang tidak mempersiapkan dirinya terlebih dahulu (Modjo, 2015)

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Siswojo (2015) di dapatkan sebagian besar responden tidak pernah mendapat informasi tentang haid yaitu sebanyak 56 responden (57,7%), sebagian besar responden memiliki pengetahuan kurang baik tentang menstruasi yaitu sebanyak 55 responden (56,7%), dan sebagian besar responden tidak siap menghadapi menarche yaitu sebesar 54 responden (55,7 %). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan siswi kelas IV SD tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche. Tingkat pengetahuan tertinggi pada kategori baik sebanyak 10 (66,7%) dan kesiapan tertinggi pada kategori siap sebanyak 9 (60,0%). Ada hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan remaja putri menghadapi menarche dengan nilai $p : 0,006$ dan nilai $r : 0,739$ dengan maksud bahwa variabel pengetahuan siswa dengan variabel kesiapan siswa memiliki hubungan yang “kuat”. (Suci, 2023) . Hubungan yang kuat atau positif ini bermakna jika pengetahuan siswa yang banyak akan memberikan kesiapan yang lebih kepada responden

Wilayah Tangerang Selatan merupakan kota yang cukup padat penduduknya dan banyak juga sekolah dasar. Tangerang Selatan merupakan salah satu Sekolah Dasar Negeri di Kota Tangerang Selatan yang terletak di sudut kota yang akses fasilitas kesehatan seperti puskesmas lumayan jauh. Hal ini kurang memungkinkan masyarakat, khususnya remaja sekitar mudah untuk mendapatkan informasi terkait informasi kesehatan. Berdasarkan studi pendahuluan diketahui bahwa siswa sekaolah dasar yang berada di wilayah Tangerang Selatan belum pernah diberikan penyuluhan tentang menstruasi dan sebagian besar sisiwi telah mengetahui menstruasi namun belum bisa terbuka untuk bercerita tentang menstruasi. Dua siswi yang telah menstruasi malu ketika ditanya tentang pengalaman menstruasinya. Maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk

mengetahui hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar di Kota Tangerang Selatan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan *survei analitik* dengan pendekatan *cross sectional*, dimana variabel independen dan dependennya diobservasi dalam satu waktu yang bersamaan. Jumlah populasi pada penelitian ini berjumlah 104 siswi, pada penelitian ini teknik pengambilan sampel menggunakan *propotional stratified random sampling*, didapatkan sampel sebanyak 86 siswi. Variabel independen dalam penelitian ini adalah pengetahuan tentang menstruasi dan variabel dependennya adalah kesiapan menghadapi *menarche*.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Untuk kuesioner pengetahuan tentang menstruasi dianggap sebagai instrumen yang reliabel dan dapat digunakan untuk pengukuran tingkat pengetahuan dengan hasil uji reliabilitas alpha cronbach 0,957. Dan untuk kuesioner kesiapan menghadapi menstruasi pertama dianggap sebagai instrumen yang reliabel dan dapat digunakan untuk pengukuran tingkat kesiapan menghadapi menstruasi pertama dengan hasil uji reliabilitas alpha cronbach 0,922. Analisis data yang digunakan adalah yang digunakan adalah uji *chi-square test* dengan $\alpha \leq 0,05$. Penelitian ini telah lolos persetujuan Uji Etik dengan No. 043/PE/KE/FKK-UMJ/VIII/2020.

HASIL DAN BAHASAN

Karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi usia dan tingkatan kelas. Adapun hasil analisis univariat dalam penelitian ini terdiri dari usia, tingkatan kelas, pengetahuan tentang menstruasi, dan kesiapan dalam menghadapi *menarche* dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Usia Responden

(N=86)

Karakteristik	n	%
10 tahun	44	51,2
11 tahun	21	24,4
12 tahun	18	20,9
13 tahun	3	3,5

Tabel 1 Hasil penelitian berdasarkan usia responden, dari 86 responden didapatkan karakteristik usia didominasi oleh usia 10 tahun sebanyak 44 responden (51,2%).

Hal ini sesuai dengan teori mengenai usia bahwa usia remaja pada waktu *menarche* di Indonesia yaitu bervariasi antara 10 hingga 16 tahun dan rata-rata *menarche* pada usia 12 tahun 5 bulan (Munda *et all*, 2013). Sedangkan berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa berdasarkan laporan responden yang sudah mengalami haid rata-rata usia *menarche* di Indonesia 13 tahun (20%) dengan kejadian lebih awal pada usia kurang dari 9 tahun.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Mukhoirotin dan Qomari (2017) tentang pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan kesiapan dalam menghadapi *menarche* di Min Rejoso Peterongan Jombang yang menyatakan bahwa sebagian besar karakteristik usia siswi pada kelompok perlakuan berusia 11 tahun sebanyak 12 siswi (48%), sedangkan pada kelompok kontrol sebagian besar berumur 11 tahun sebanyak 15 siswi (60%).

Pada usia 10-12 tahun merupakan tahapan remaja awal dimana remaja perempuan akan mendapatkan menstruasi pertamanya (*menarche*). Kurangnya informasi pada tahap ini akan membuat mereka tidak mengetahui bahwa *menarche* akan datang diusia mereka sehingga mereka tidak memiliki persiapan yang matang dalam menghadapi *menarche*.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Siswi Berdasarkan Kelas di SDN Pondok Kacang Barat 01 Kota Tangerang Selatan

(N=86)

Kelas	n	%
4	32	37,2
5	39	45,3
6	15	17,4

Tabel .2 Berdasarkan tingkatan kelas responden, dari 86 responden menunjukkan mayoritas kelas tertinggi yaitu kelas 5 sebanyak 39 responden (45,3%) dan mayoritas kelas terendah yaitu kelas 6 sebanyak 15 responden (17,4%). Hal ini sesuai dengan teori mengenai pendidikan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin banyak pula pengetahuan yang dimiliki. Dan semakin rendah pendidikan seseorang akan menghambat perkembangan sikap dalam menerima nilai-nilai baru (Nursalam, 2011).

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Abadi, D. R, dkk (2015) tentang hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche* yang menyatakan bahwa hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden adalah siswi kelas V sebanyak 26 orang responden (74,9%). Hal ini dikarenakan peneliti pada penelitian ini lebih memilih responden yang berada pada tingkat kelas V dan IV sebagai perwakilan responden dari tiap-tiap SD yang diteliti.

Tingkat pendidikan mempengaruhi sejauh mana pengetahuan seseorang. Dan pendidikan sangat diperlukan untuk seseorang dalam menambah pengetahuan agar dapat mengaplikasikan ilmu yang dimilikinya kepada dirinya sendiri dan juga orang lain yang berada disekitarnya. Diharapkan dengan pendidikan tinggi pengetahuan tentang kesehatan lebih baik khususnya dalam hal pengetahuan tentang *menarche* sehingga lebih siap dalam menghadapi *menarche*.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pengetahuan

(N=86)

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Tidak Baik	41	47,7
Baik	45	52,3

Tabel. 3. Menunjukkan tingkat pengetahuan tentang menstruasi, dari 86 responden didapatkan mayoritas tertinggi yaitu tingkat pengetahuan baik sebanyak 45 responden (52,3%) dan terendah yaitu tingkat pengetahuan tidak baik sebanyak 41 responden (47,7%).

Hal ini sesuai dengan teori pengetahuan tentang menstruasi adalah ilmu yang didapatkan seseorang melalui pembelajaran atau informasi dari teman, keluarga, maupun buku yang membuat seseorang menjadi tahu dan memahami apa itu menstruasi (Notoatmodjo, 2014). Pengetahuan yang diperoleh remaja tentang menstruasi akan mempengaruhi pola pikir remaja tentang *menarche*. Jika pola pikir yang dibentuk remaja tentang *menarche* positif, maka hal ini akan berpengaruh pada kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche* artinya remaja akan lebih siap dalam menghadapi *menarche* (Fajri dan Khairani, 2010).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kesiapan Menghadapi Menarche

(N=86)

Tingkat Kesiapan	n	%
Tidak Siap	36	41,9
Siap	50	58,1

Tabel 4 menunjukkan bahwa tingkat kesiapan menghadapi *menarche*, dari 86 responden didapatkan hasil responden yang siap dalam menghadapi *menarche* lebih banyak yaitu sebesar 50 responden (58,1%) dibandingkan responden yang tidak siap meghadapi *menarche* yaitu sebesar 36 responden (41,9%).

Hal ini sesuai dengan teori tentang kesiapan menghadapi *menarche* adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mengalami perubahan dan

merupakan salah satu kematangan fisik yang akan dialami yaitu datangnya menstruasi pertama (*menarche*), *menarche* merupakan luluhnya dinding rahim karena tidak terjadi pembuahan sehingga darah akan keluar melalui tempat khusus wanita. Biasanya perubahan ini terjadi pada saat remaja putri menginjak usia sepuluh sampai enam belas tahun atau pada saat memasuki masa remaja awal, yang terjadi secara periodik (pada waktu tertentu) dan siklik (berulang-ulang) setiap bulannya (Fajri, dan Khairani, 2011).

Faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan menghadapi *menarche*. Ada beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

Tabel 5. Analisis *Chi-Square test* Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* (N=86)

pengetahuan Tentang Menstruasi	Kesiapan Menghadapi Menarche				Total		OR 95 %	P- Value
	Tidak Siap		Siap		N	%		
	N	%	N	%	N	%		
Tidak Baik	28	68,3	13	31,7	41	100	10 (3,7-	0,000
Baik	8	17,8	37	82,2	45	100	27,3)	

Hasil analisis diperoleh pengetahuan tentang menstruasi tidak baik dengan kesiapan menghadapi *menarche* tidak siap sebanyak 28 responden (68,3%), pengetahuan tentang menstruasi tidak baik dengan kesiapan menghadapi *menarche* siap sebanyak 13 responden (31,7%).

Hasil untuk pengetahuan tentang menstruasi baik dengan kesiapan menghadapi *menarche* tidak siap sebanyak 8 responden (17,8%), dan pengetahuan tentang menstruasi baik dengan kesiapan menghadapi *menarche* siap sebanyak 37 responden (82,2%).

Hasil pengujian statistik menggunakan uji Non-Parametrik *Chi-Square test* didapatkan nilai *p value* sebesar $0,000 < \alpha 0,05$ yang berarti H_a diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar di Kota Tangerang Selatan. Sementara dari hasil perhitungan pada tabel diatas diperoleh nilai Odd Ratio (OR) sebesar 10 yang artinya kelompok siswi yang memiliki pengetahuan tidak baik tentang menstruasi kemungkinan berisiko 10 kali lebih besar tidak siap menghadapi *menarche*. Secara statistik dapat dilihat dalam hasil tabel nilai *p-value* 0,000 yang dimana nilai tersebut lebih kecil dari nilai alfa $< \alpha 0,05$ yang artinya terdapat perbedaan kelompok siswi yang memiliki pengetahuan tidak baik tentang menstruasi dengan tidak siap menghadapi *menarche* dibanding dengan kelompok siswi dengan pengetahuan baik tentang menstruasi.

Penelitian yang dilakukan Nurmawati, dan Erawantini pun sama yang menyatakan bahwa adanya hubungan tingkat pengetahuan siswi SD tentang menstruasi dengan kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche* di SDN Tegalgede 01 Kabupaten Jember dengan nilai *p value* 0,026 ($< 0,05$). Berdasarkan nilai $r = 0,367$ diketahui bahwa semakin tinggi tingkat pengetahuan maka semakin siap siswi dalam menghadapi *menarche*.

Pengetahuan remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya umur, pendidikan dan lingkungan serta sumber informasi. Sumber informasi dapat diperoleh melalui pendidikan formal ataupun pendidikan kesehatan oleh perawat. Hal ini juga sesuai dengan paradigma keperawatan yang merekomendasikan edukasi kesehatan sebagai bagian keperawatan holistik (Elon et al., 2021). Sumber informasi yang diperoleh remaja putri didapat dari media cetak, media elektronik, keluarga, dan tenaga kesehatan. Selain itu, keluarga sebagai sumber pertama pendidikan dan sumber pengalaman dari orang tua kepada anak dalam hal perawatan kesehatan (Silalahi et al., 2022). Sedangkan, tingkat pendidikan juga dapat mempengaruhi sejauh mana pengetahuan seseorang. Oleh karena itu, pendidikan diperlukan untuk mendapatkan dan menyerap informasi seperti hal-hal yang menunjang kesehatan. Remaja yang akan mengalami *menarche* membutuhkan

kesiapan mental yang baik karena perubahan yang terjadi pada saat menstruasi pertama dan menyebabkan remaja menjadi canggung.

Hasil penelitian yang telah dilakukan dan menurut peneliti-peneliti sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche*. Dari data diatas disebutkan bahwa siswi yang memiliki pengetahuan tentang menstruasi yang baik akan lebih siap dalam menghadapi *menarche* karena informasi dan pengetahuan yang cukup membuat mereka tidak takut dan lebih siap dalam menghadapi *menarche* yang akan dialami oleh dirinya sendiri.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan dilakukan mengenai hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar terdapat ada hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi *menarche* Kota Tangerang Selatan:

Hasil uji statistik *Chi-Square test* dengan tabel distribusi 2x2 menunjukkan bahwa hasil uji statistik didapatkan nilai *p value* sebesar $0,000 < \alpha 0,05$ yang berarti H_0 diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar Kota Tangerang Selatan. Sementara dari hasil perhitungan pada tabel diatas diperoleh nilai Odd Ratio (OR) sebesar 10 yang artinya kelompok siswi yang memiliki pengetahuan tidak baik tentang menstruasi kemungkinan berisiko 10 kali lebih besar tidak siap menghadapi *menarche*.

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan masukan untuk sekolah dalam meningkatkan program penyuluhan atau konseling tentang kesiapan menghadapi menstruasi. Agar siswi memiliki pengetahuan dalam menghadapi menstruasi.

RUJUKAN

- Abadi, D.R., Dewi, A. P., dan Nurchayati, S. 2015. “Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi *Menarche*”. *JOM*, volume 2, No. 2.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekata Praktik*. Rineka Cipta, Jakarta.
- Azwar, S. 2012. *Metode Penelitian*. Pustaka Belajar, Yogyakarta.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional Badan Pusat Statistik Kementerian Kesehatan, 2013, *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2012 Kesehatan Reproduksi Remaja*, Agustus. Jakarta. .
- Fajriannor, M. 2018. “Hubungan Persepsi Anak Terhadap Peran Ibu dengan Tingkat Kecemasan Saat Menstruasi Pertama (*Menarche*) Pada remaja putri di kota banjarmasin”. *Dinamika Kesehatan Anak*, volume 9, No. 1.
- Elon, Y., Malinti, E., Sihombing, R. M., Rukmi, D. K., Tandilangi, A. A., Rahmi, U., Damayanti, D., Manalu, N. V., Koerniawan, D., & Winahyu, K. M. (2021). *Teori dan Model Keperawatan*. Yayasan Kita Menulis.
- Fiane, D.F., Tingginehe, V.A., dan Setiawan, H. 2020. “Pengetahuan Tentang Menstruasi Berhubungan Dengan Kesiapan Mental Pra-Remaja Dalam Menjalani Menstruasi”. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, Volume 10 No 1, Hal 1 – 10.
- KoranTangerang.com. 2018. *Jumlah Remaja di Tangsel Bertambah Pesat*, 24 November. Halaman 1. Tangerang Selatan.
- Mukhoirotin, dan Qomari, P. N. 2017. “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Kesiapan Dalam Menghadapi *Menarche* Di Min Rejoso Peterongan Jombang”. *Jurnal EDUNursing*, volume 1, No. 1.
- Modjo. 2015, Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche, Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Negri, Gorontalo.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2014. *Metode Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta, Jakarta.
- Nurwati, I., dan Erawantini, F. 2018. “Tingkat pengetahuan Menstruasi dalam menunjang Kesiapan siswi sd menghadapi Menarche”. *Jurnal Kesehatan*, 12 (2) 2019, 136-142.

Silalahi, L. E., Rahayu, D. Y. S., Winahyu, K. M., Dewi, S. U., Tasik, J. R., Kadang, Y., Rosita, R., Pangaribuan, S. M., Fruitasari, M. F., & Doloksaribu, T. M. (2022). *Pengantar Keperawatan Keluarga*. Yayasan Kita Menulis.

Siswojo. 2015, Hubungan Pengetahuan Siswi Kelas IV SD Tentang Menstruasi dengan Kesiapan Menghadapi Menarche, Karya Tulis Ilmiah, Keperawatan, Poltekkeskemenkes, kalimantan timur. Jurnal Husada Mahakam Volume IV No. 1 , Nopember 2015, hal. 1 - 71